

NILS POPPE

Cette année, le meilleur lanceur de marteau du club est un débutant. Le connaissez-vous ? Si vous n'êtes pas habitués à fréquenter les terrains de lancer, vous avez des chances de le rencontrer dans la salle de muscu en journée : musique, barres lourdes, explosivité, il peste quand il ne parvient pas à faire ce qu'il veut... Pour sa première année, Nils Poppe tutoie les 50m. Quand on sait le niveau d'exigence technique de la discipline, ça force l'admiration... D'où vient Nils ? Quel est son parcours ? Quels sont ses rêves et ses objectifs ?



Nils a 23 ans. Il est né en Nouvelle Calédonie. Il est arrivé à Nice fin 2018. Sa famille, du côté de sa mère, est installée en Nouvelle Calédonie depuis plusieurs générations. Du côté du papa, c'est un melting-pot : Nils a des racines allemandes, normandes et suédoises. Il ne porte pas le casque à cornes, mais a résolument un petit côté viking. Il a passé sa jeunesse à la périphérie de Nouméa. Ses parents se sont séparés très tôt. Le papa est allé vivre en Nouvelle-Zélande. Nils a donc eu souvent l'occasion d'aller au pays des All Blacks pour y voir son père, mais aussi son grand-père. Son grand-père n'est autre que Didier Poppe, un entraîneur de lancer de renommée internationale qui a eu sous sa houlette Valérie Adams, recordwomen du monde du lancer du poids, ou encore Jacko Jill, le recordman du monde du lancer du poids cadet et l'un des meilleurs séniors aujourd'hui.

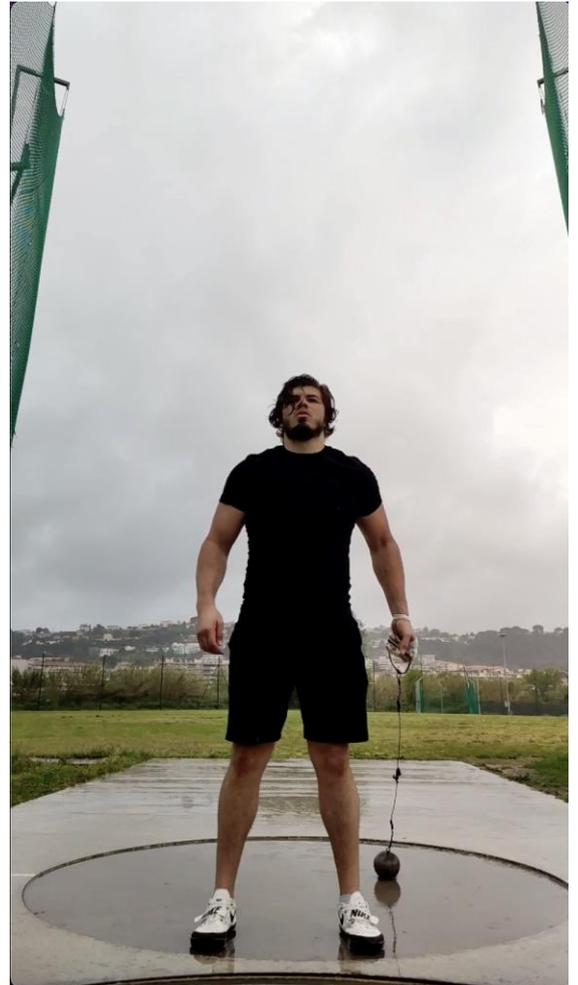
Le sport, Nils en fait depuis longtemps. Petit, il a commencé par des sports comme le foot, le tennis, le basket, l'escalade et bien d'autres... Mais à l'âge de 10 ans, il s'est tourné sur les sports de combat et les arts martiaux. Il envisageait encore

récemment de commencer une carrière professionnelle en MMA. Mais pour des raisons médicales, il a été obligé de changer de projet.

Les études l'ont fait sortir de l'île et rejoindre la France métropolitaine en 2018. En 2021, il projette de diversifier ses activités sportives. Les lancers font partis de ce projet. Et Nils rapidement se prend au jeu et s'oriente de plus en plus sur cette activité. Entreprendre de

lancer, pour Nils, est aussi probablement un moyen de retrouver son enfance, quand il accompagnait son grand-père sur les stades...

Le jeune lanceur se spécialise sur le lancer du marteau. « C'est le lancer qui prends le plus de temps (à maîtriser), le plus technique de tous (...) J'aime le fait que ce soit un problème à résoudre. Le facteur technique du marteau, c'est un peu « prise de tête » et ça va m'obliger à apprendre à gérer ma colère (...) Il y a un transfert qui se fait » (entre l'athlé et la vie en général). L'athlé, et plus précisément le lancer du marteau, sont pour lui, entre autres, un moyen d'apprendre à gérer les émotions. Chacun porte en lui un flot d'émotions, y compris d'émotions négatives, désagréables, voire destructrices. La colère en fait partie. Il ne s'agit pas de nier ou réprimer absolument ces émotions pour bien vivre, mais déjà de canaliser leur énergie et de s'en servir pour faire ce que nous avons décidé de faire. Autrement dit, l'émotion ne doit pas conduire notre vie, mais la servir par l'énergie qu'elle apporte et contribuer à notre épanouissement. Et c'est ce que fait Nils en se confrontant aux difficultés du lancer du marteau. Son coach, Yoan dit : « Il va falloir qu'il réussisse à se canaliser pour mettre l'énergie au bon endroit et ne pas gaspiller bêtement celle-ci ».



Mais son projet a un autre sens : « Ce que je veux, c'est aller au plus haut du plus haut..., j'ai envie de bluffer mon grand-père, de le rendre fier, de le surprendre. » La reconnaissance de sa valeur par son grand-père, c'est l'objectif ultime de Nils lorsqu'il recherche la performance au lancer du marteau. Mais où se situe « le plus haut du plus haut » ? Pour l'instant, Nils en est à 49m26. Il n'y est pas encore. Le meilleur niveau mondial est à 80m. Mais est-ce bien ce niveau qui est le plus haut du plus haut ? Combien de mètres doit faire Nils pour obtenir la reconnaissance, voire l'admiration tant attendue de son grand-père ? « Si je ne participe pas au moins aux JO, je n'existe pas ». Selon lui, il faudrait qu'il soit au moins champion du monde une année forte pour obtenir sa reconnaissance. Il pense que son grand-père ne croit pas en son potentiel. Et, tout en reconnaissant la qualité de ses jugements et sa compétence dans le domaine, il veut lui donner tort. « J'ai envie de lui montrer que c'est possible, qu'il m'a juste sous-estimé. » Pourquoi est-il si important pour Nils d'obtenir la reconnaissance de son grand-père ? « Mon grand-père, c'est une image paternelle forte ... il a un caractère. C'est un mec dur. » Je veux rendre fier ce gars-là, car je sais que si je le rends fier, j'aurai passé un cap. Je serai passé du petit garçon à l'adulte. J'aurai une valeur ». De quelle valeur parle Nils ? La valeur d'une personne se mesure-t-elle au décamètre ? La valeur sportive se confond-t-elle à la valeur humaine ? Nils est bien conscient que non. Cependant, selon lui, nous ne valons que par ce que nous faisons. Et, « c'est la rareté qui définit la valeur ». Son grand-père a accompli des choses extraordinaires à ses yeux. Et pour être quelqu'un, il faut avoir fait quelque chose de rare. Sur ce point, on ne peut que

concéder à notre lanceur de marteau que ce n'est pas par notre nature que nous valons quelque chose, mais par nos actes, par ce que nous faisons de notre vie. Mais nos actes ne se résument pas à nos performances sportives, que ce soit comme athlète ou comme entraîneur. Le sport est bien-entendu un moyen de se réaliser, mais il ne saurait en aucun cas suffire à nous définir. Nous pouvons être sportif de très haut-niveau et faire preuve de piètres qualités humaines. Tout sportif existe aussi autrement, comme père, mère, compagnon ou compagne, comme militant associatif, ou encore à travers sa profession. Même si à un moment donné de notre existence, le sport occupe le centre, il ne suffit pas à nous définir. C'est ce que nous faisons dans l'ensemble de tous ces domaines qui nous définit. Nils recherche une valeur par la reconnaissance par son grand-père de sa valeur sportive. Mais cette recherche est peut-être vaine, car la valeur sportive ne suffira jamais. Par ailleurs, il est probable que Nils ait déjà acquise cette reconnaissance sans le savoir et sans pouvoir le reconnaître. Didier, son grand père parle d'une forte « affection réciproque ». Et qu'est-ce que l'affection si ce n'est l'amour qu'on ne veut pas dire. Il y a dans la culture française, des générations qui, peut-être par pudeur des sentiments, ou par principe, ne disent pas l'amour. Dans les mots de Didier, la complicité qu'il a avec son petit fils est très présente : « Je suis heureux que nous partagions un certain sens de l'humour et qu'il veuille bien rire de mes "pensées philosophiques profondes et corrosives" et autres calembours plus ou moins réussis. » Cette complicité se heurte peut-être à l'écart de génération et à la transformation progressive de la culture et des goûts. Didier nous livre une anecdote : « Sa tentative de me convertir à la musique "rap" pendant 300km d'un voyage en voiture me reste en mémoire comme un exemple ...Il a tout essayé pour me convaincre, mais c'était vraiment mission impossible ! » Les goûts, les inclinations sont différents parce que les générations le sont, mais au-delà de ça, le respect mutuel et « l'affection » sont réels. Il y a « des réconciliations et des compromis qui finalement renforcent la relation » (Didier)

Ce qui fait la personnalité de Nils et ce qui fait qu'il peut être reconnu et aimé, entre autre de son grand père, n'est pas simplement sa valeur sportive. C'est un garçon attachant, ne



serait-ce que par l'enthousiasme qui le porte dans chacun de ses projets. Etant enfant, il voulait être entomologiste, puis zoologiste, les sciences naturelles l'ont intéressé dès l'âge de 6 ans et il présentait à cette époque quelques prédispositions pour les sciences. Didier et son père Sven, soulignent sa curiosité intellectuelle. Mais en grandissant, Nils se verrait bien aussi être entrepreneur. Il veut gagner de l'argent pour alimenter des projets philanthropiques. Monter un centre universitaire et sportif pour des personnes qui n'ont pas forcément les moyens mais qui ont des qualités humaines et intellectuelles. « C'est un projet à long terme « Quand j'aurai 80 balais ! » L'idée de Nils fait penser aux projets de phalanstères qu'on trouve chez Fourier, un philosophe du XIXème. Fourier, que la suite de l'histoire a qualifié d'utopiste, voulait entre autres, corriger les injustices sociales. Quant à Nils : « Ce que je veux, c'est aider les bonnes personnes (...)

L'objectif serait de faire en sorte que ces personnes à leur tour aident les autres quand ils ont pu se développer (...) L'objectif final est de redonner (ce qu'il aurait gagné) en fin de vie. » L'idée est généreuse, mais qu'est-ce qui, au-delà de la générosité, peut motiver un tel projet quand on a 23 ans et pas encore eu la possibilité de s'installer soi-même dans la vie et d'assurer le fondamental. Dans la mesure où l'idée est de perpétuer cette transmission, y a bien sûr un sens politique. Mais on peut aussi y voir un sens psychologique : Quand on pense n'avoir pas reçu l'attention ou l'amour dont on avait besoin dans l'enfance, le désir de les obtenir devient l'un des moteurs les plus puissants de l'existence. Nils dit se percevoir souvent lui-même comme inférieur aux autres, y compris intellectuellement, même si aucun indice objectif ne l'autorise à une telle conclusion. Mais, « il y a donc toujours cette pression (...) Il faut que je prouve aux autres ma valeur. Parce que j'ai l'impression que je n'en ai jamais eue (...) Pour l'instant je ne suis personne. Je n'ai rien accompli. Je n'ai rien fait d'extraordinaire. » Et donner ce qu'on a gagné soi-même avant, ne serait-ce pas une chose extraordinaire qui servirait aussi à affirmer sa valeur et recevoir de la reconnaissance ?

Selon Didier, Nils est une « personnalité contrastée et attachante qui a été certainement très marquée par les aléas de la cellule familiale et la séparation de ses parents, puis du remariage de son père, ce qui a pu causer des manques et des tensions au niveau des repères familiaux dans un contexte assez perturbé. Il a dû se faire un peu tout seul et se réfugier dans une attitude défensive vis à vis de l'extérieur. La relation avec les grands parents a sans doute été un peu une bouée de sauvetage et une recherche d'affection et de stabilité. » Selon la plupart des psychologues, l'amour reçu dans l'enfance est déterminante dans la construction de notre propre image. Mais il y a un détail à prendre en compte. On s'aime en fonction de l'amour qu'on pense avoir reçu et non en fonction de l'amour qu'on a reçu réellement. Le passage du fait objectif au



vécu subjectif est important. On sait que les souvenirs que nous avons ne sont pas des faits objectifs, mais des constructions que nous faisons en fonction de ces faits, de la façon dont nous les avons vécus et de notre compréhension de ces faits. Et ce qui compte en matière d'image de soi ou d'amour de soi, n'est pas le passé mais notre interprétation du passé. Humainement, personne n'est parfait, en tant que parent nous ne le sommes donc pas non plus. Notre enfance, notre propre parcours de vie, nos difficultés avec la vie, parfois notre manque de patience ou bien des émotions difficiles à maîtriser, peuvent laisser penser à nos enfants qu'ils ne sont pas, ou pas assez aimés. Non pas que toutes les maltraitances ou



négligences soient excusables, mais il ne faut jamais oublier que chacun a une histoire particulière, des faiblesses et a droit à l'indulgence. Même s'il s'agit de nos propres parents, ceux que nous avons idéalisé dans la petite enfance, et même si ces écarts ont pu, à un moment donné rendre difficile notre propre construction. La compréhension de ce phénomène pour les ex-enfants que nous sommes peut être libératrice car c'est comprendre que ce n'est pas notre manque de valeur qui explique le désamour ressenti, mais simplement les aléas de l'existence des uns et des autres, leurs propres parcours. Sven, le papa de Nils voit en son fils « Une personne très intelligente qui est très réceptive aux problématiques des individus qu'il rencontre. Il est très efficace à cerner, évaluer leurs traits psychologiques et leurs parcours de vie. C'est une qualité, mais qui peut aussi le confiner dans une perception restrictive de l'autre ». Les jugements définitifs sont toujours faux car ce que nous sommes à un moment de la vie s'explique aussi par nos conditions de vie, nos choix, notre parcours. Sven se souvient avec tendresse et probablement nostalgie de l'enfance de Nils « Il aimait

rire, de lui-même mais aussi des autres (...) Ce que j'aime aussi parce qu'il me semble ridicule de se prendre au sérieux. » Admiratif de son fils pour ses qualités mentales, il nous conte une anecdote de plongée sous-marine : « Nils, tout petit, n'avait nulle crainte de sauter avec moi d'un voilier dans le Grand Bleu ou aux alentours des récifs Néo-calédoniens. Mais après avoir vu un film stupide "crocodile qui tuait tout sur son passage", il était paralysé par la peur d'être dans l'eau ou dans les grandes profondeurs. Je l'ai alors convaincu malgré ses craintes de plonger ensemble et lui ai promis de rester à ses côtés (...) et il m'a suivi !! Il a eu le courage de venir, et a eu quelques peurs. Mais au final, lorsque j'étais bien loin de lui (à faible profondeur) il a harponné une des plus grosses seiches que j'ai vue à ce jour. »

Reconnaissant à demi-mots, qu'il n'a peut-être pas donné à son fils les conditions idéales d'un développement optimal : « Il a vécu bien des challenges pendant son enfance », Sven pense que ces situations ont engendrées une habitude à sur-conceptualiser. Quand on veut maîtriser le réel, on le conceptualise, on développe des idées pour le comprendre. Mais la crainte de nous tromper et de voir le réel nous échapper, peut nous pousser à sur-conceptualiser, à sur-théoriser. C'est-à-dire à forger des connaissances auxquelles nous nous accrochons contre vents et marées par peur d'être déstabilisé dans notre rapport à la réalité. Il se peut que Nils soit dans ce schéma, d'autant plus qu'il a un esprit scientifique. Que ce soit par Yoan comme par son grand-père, Nils est vu comme un garçon très rigoureux, perfectionniste, trop peut-être. Didier pense qu'il oublie parfois l'analyse de la globalité à vouloir trop rentrer dans le détail.



Nils a l'habitude de discuter son entraînement avec son grand père. Entre passionnés, on se comprend... ou pas. Yoan : « Ce sont souvent de très long débats entre eux sur la technique, les noms des exercices, les situations de lancer pour progresser (...) Je me marre pas mal parfois quand je les vois s'engueuler sur la messagerie commune en parlant d'athlé ! » Notre lanceur niçois est un débutant, mais déjà un passionné. Le sport a pris une place importante dans sa vie. « Le sport est certainement quelque chose qui lui permet d'être lui-même et de donner un vrai sens à sa vie » (Sven). « Il est certain que le sport a été pour lui une manière de s'affirmer (...) Il semble avoir repris confiance et enthousiasme depuis qu'il a découvert les lancers et l'ambiance d'un club d'athlétisme où il peut à nouveau s'exprimer et faire des choses dont il peut être fier au regard des autres. »

Nils apprécie le collectif dans son sport. Il a rarement rencontré une telle cohésion et une telle organisation dans les autres sports : « Le fait de faire des compétitions à 90, aller à l'hôtel et manger ensemble, tout est organisé et payé, et même si c'est au Flunch et au Première Classe. C'est vraiment génial ! » Dans un tel collectif, l'athlé a permis à Nils de tisser de bonnes relations avec les personnes qui s'entraînent avec lui. Il a pris toute sa place au sein du NCAA. Son coach Yoan croit en lui. Il estime son potentiel très intéressant. « Encore instable

techniquement, il y a du bon et du mauvais dans ses résultats mais c'est normal avec cette discipline aléatoire dans les premières saisons, tant les Timings doivent être précis (...) Il est capable d'aller loin. Il est très fort physiquement (...) Il a les moyens d'accéder aux championnats nationaux sans problème, pour la suite, ce sera en fonction de son investissement et de ses progrès... » Il faut qu'il parvienne à s'organiser et trouver un rythme de vie qui puisse s'accorder avec le sport de haut niveau. En dehors du stade, Nils a un petit problème de procrastination, qu'il reconnaît lui-même. Il dort mal depuis l'âge de 13 ans. Le système nerveux s'en trouve affecté. Il n'est pas toujours facile de passer à l'action dans ces conditions. Ces problèmes de sommeil permettent de comprendre pourquoi Nils maîtrise parfois mal ses émotions, pourquoi il perd patience quand il ne réussit pas l'exécution d'un geste technique et aussi pourquoi il se blesse si souvent. Le jeune homme totalise déjà une vingtaine de blessures à son actif. Le sommeil est indispensable au bon fonctionnement du système nerveux et donc du psychisme et du système neuromusculaire.



Nils, au fil d'une histoire particulière, se construit comme un garçon d'une gentillesse, d'une ouverture et d'une sensibilité très marquées. Comme chacun sur son chemin, il rencontre des obstacles et les surmonte un à un. Au NCAA, il a trouvé un cadre qui lui permette de s'accomplir, de s'affirmer et peut-être de régler ses problèmes... à coups de marteau ! Souhaitons-lui de comprendre que sa valeur n'est pas à prouver, qu'il en a déjà une et qu'il n'a rien à envier à personne. Cette compréhension lui sera très utile pour aller chercher « le plus haut du plus haut » et... trouver le sommeil.

Christophe Bourguignon